



Gelbes Curry mit marinierten Hackbällchen, Kokosmilch, Bohnen und Jasminreis



**EXTRA
LECKERBISSEN**

HACKBÄLLCHEN



braune Champignons



Karotte



Buschbohnen



Jasminreis



gelbe Currypaste



Limette



Frühlingszwiebel



rote Chilischote



Kokosmilch



Rinderhackfleisch



Ingwer



Knoblauchzehe



Sweet Chili Sauce



Sojasoße



Sesam

20 [25 | 30] Min. 40 [45 | 45] Min.

Thermomix kocht Tag 1 - 2 kochen

Extra Leckerbissen! Dein gelbes Kokos-Curry erfährt heute ein Upgrade durch leckere Rindfleischbällchen. Schwing den Kochlöffel, genieße den exotischen Duft, wenn Du die feine Curry-Paste anbrätst, und gib Deinem Curry mit Limettensaft das gewisse Etwas. Und vergiss nicht, nur so viel Chili zuzufügen, wie Du auch vertragen kannst. Und dann lass Dir dieses extraleckere Curry schmecken!

thermomix

LOS GEHT'S

Wasche **Gemüse** und **Obst** ab.
Neben dem **Thermomix®** benötigst Du **1 Pfanne**.



1 FÜR DIE FLEISCHBÄLLCHEN
Ingwer schälen und entgegengesetzt zur Faser in dünne Scheiben schneiden. **Knoblauch** abziehen, zusammen mit dem **Ingwer** in den Mixtopf geben, **3 Sek./Stufe 8** zerkleinern und mit dem Spatel nach unten schieben. **Hackfleisch, Salz*** und **Pfeffer*** zugeben, **1 Min./Stufe 3** vermischen und in eine Schüssel umfüllen. Mixtopf spülen. **Reis** in den Gareinsatz geben, mit kaltem Wasser spülen und Gareinsatz in den Mixtopf einsetzen.



4 FLEISCHBÄLLCHEN BRATEN
Gareinsatz mit dem Spatel herausnehmen und warmhalten. Mixtopf leeren. **Weißer Frühlingszwiebel** und **Chili (Achtung: scharf!)** in den Mixtopf geben, **5 Sek./Stufe 6** zerkleinern und mit dem Spatel nach unten schieben. **Öl*** zugeben und **3 Min./120 °C/Stufe 1** dünsten. **Kokosmilch, Gemüsebrühpaste*, Currypaste (Achtung: scharf!), Zucker*** und **Bohnen** aus dem Varoma in den Mixtopf zugeben und **6 Min./98 °C/Stufe 1** garen und fortfahren.



2 REIS & GEMÜSE GAREN
Salz* und **Wasser*** über den **Reis** in den Mixtopf zugeben. **Karotten** schälen, halbieren, in ca. 1 cm dicke Scheiben schneiden. Enden der **Buschbohnen** abschneiden und dritteln. **Karotten** und **Bohnen** getrennt voneinander in den Varoma-Behälter geben, dabei darauf achten, dass genügend Garschlitze frei bleiben. Varoma verschließen, aufsetzen, **18 Min./Varoma/Stufe 1** dampfgaren und Schritt 3 bearbeiten mehr nicht.



5 HACKBÄLLCHEN BRATEN
In einer Pfanne 1 EL [1 ½ EL | 2 EL] **Öl*** stark erhitzen. **Hackbällchen** 4 – 5 Min. in der Pfanne rundherum anbraten, heraus nehmen und Pfanne kurz abkühlen lassen. Jetzt **Karotten** und **Champignons** in den Mixtopf zugeben und **5 Min./98 °C/Stufe 1** fertig garen. Währenddessen die Fleischbällchen glasieren. Dafür 2 EL [3 EL | 4 EL] **Wasser***, etwas **Zucker***, **Sweet Chili Sauce**, **Sojasoße** und **Sesam** in die Pfanne geben und bei mittlerer Hitze verrühren.



3 WÄHRENDDESSSEN
Weißer Teil der **Frühlingszwiebeln** in ca. 1 cm lange Stücke schneiden. **Grünen Teil** der **Frühlingszwiebel** in dünne Ringe schneiden. Von der **Chili** ein paar Ringe für die Deko abschneiden und zur Seite legen, den Rest der **Chili** längs halbieren, Kerne entfernen und **Chilihälften** in ca. 2 cm lange Stücke schneiden. Champignons vierteln. **Limette** halbieren und entsaften. Aus der **Hackmasse** 12 [18 | 24] Bällchen formen. Nach 18 Min. Varoma abnehmen.



6 ANRICHTEN
Fleischbällchen zurück in die Pfanne zur **Glasur** geben und bei geringer Hitze köcheln lassen bis die **Fleischbällchen** glasiert und durchgegart sind. Das dauert ungefähr 3 – 4 Min. **Kokos-Gemüse-Curry** mit etwas **Limettensaft** und **Salz*** abschmecken. **Jasminreis** auf Teller verteilen, **Curry** darauf anrichten, mit **Fleischbällchen** toppen und mit grünen **Frühlingszwiebelringen** und **Chilistreifen** bestreuen und genießen.

2 - 4 PERSONEN ZUTATEN

	2P	3P	4P
braune Champignons	200 g	300 g	400 g
Karotte ^{NL}	1	1	2
Buschbohnen	200 g	300 g	400 g
Frühlingszwiebeln ^{IT}	2	3	4
Jasminreis	150 g	225 g	300 g
gelbe Currypaste	20 ml	30 ml	40 ml
Kokosmilch	250 ml	375 ml ☉	500 ml
Limette ^{BR MX}	½ ☉	¾ ☉	1
rote Chilischote ^{ES}	½ ☉	¾ ☉	1
Rinderhackfleisch	300 g	450 g	600 g
Ingwer ^{CN BR}	20 g	30 g	40 g
Knoblauchzehe ^{ES}	1	1	2
Sweet Chili Sauce	20 ml	40 ml	40 ml
Sojasoße ^{1) 10)}	20 ml	30 ml	40 ml
Sesam ⁸⁾	10 g	10 g	10 g
Salz* für Schritt 2		1 ½ TL	
Wasser* für Schritt 2		1.200 g	
Gemüsebrühpaste* für Schritt 4	1 TL	1 ½ TL	2 TL
Öl* für Schritt 4	10 g	10 g	15 g
Salz*, Pfeffer*	nach Geschmack		

* Gut, im Haus zu haben.
☉ Beachte die benötigte Menge. Die gelieferte Menge in Deiner Box weicht hiervon ab und es bleibt etwas übrig.
! Unser Gemüse kann in Größe und Gewicht variieren. Bitte stelle sicher, dass Du die Mengen an die Sicherheitsregelungen des Thermomix® anpasst.

DURCHSCHNITTLICHE NÄHRWERTE PRO	100 g	PORTION (ca. 750 g)
Brennwert	621 kJ/148 kcal	4.565 kJ/1.091 kcal
Fett	9 g	63 g
- davon ges. Fettsäuren	5 g	36 g
Kohlenhydrate	11 g	82 g
- davon Zucker	2 g	16 g
Eiweiß	6 g	45 g
Ballaststoffe	1 g	7 g
Salz	1 g	3 g

ALLERGENE

1) Glutenhaltiges Getreide 8) Sesam 10) Sojabohnen
(Bitte beachte weitere Informationen zu Allergenen und möglichen Spuren von Allergenen auf der Zutatenverpackung!)

URSPRUNGLÄNDER

NL: Niederlande IT: Italien BR: Brasilien MX: Mexiko
ES: Spanien CN: China

Diese Rezeptkarte ist recycelbar und FSC®-zertifiziert (FSC®-C129012).

#HelloFreshDE

Wir lieben Feedback! Ruf uns an oder schreib uns:

DE +49 (0) 30 568 39 568 | kundenservice@hellofresh.de
AT +43 (0) 720 816 005 | kundenservice@hellofresh.at